

Alkohol- und drogenfrei leben.  
für persönliches und soziales Wohlbefinden.



**750.000** Menschen  
erkranken **weltweit**  
**jedes Jahr** an Krebs  
wegen Alkohol

PolitikerInnen haben  
**die Macht und Mittel**  
**diese Leben zu retten**

Mach, dass sie zuhören

**REDE DARÜBER!**

## Selbstbestimmt auf unbestimmte Zeit alkoholfrei

*Kaum jemand kann sich vorstellen, nie mehr Alkohol zu trinken.*

Um die Lebensqualität zu verbessern und die Energie und Ressourcen auf die eigenen Fähigkeiten zu lenken, arbeitet IOGT abstinentorientiert. Die Gedanken und der Fokus sollen weg vom Alkohol, hin zu einer neuen Lebensgestaltung gehen.

Beim Eintritt in die Gesprächs-Gruppe wird noch keine Abstinenz verlangt, aber deutlich gemacht, dass daraufhin gezielt wird. Der Weg zur Abstinenz erfolgt schrittweise und wird mit immer längeren trockenen Zeiten aufgebaut.

Das Konzept des kontrollierten Trinkens widerspricht der Ausrichtung von IOGT, weil der Fokus auf Alkoholkonsum bleibt.

### **Der Gewinn der Abstinenz ist Freiheit - der Gegenpol von Abhängigkeit**

Die Freiheit, sein eigenes Leben wieder selber steuern zu können und nicht von Alkohol gesteuert zu sein, auch nicht von den Gedanken an Alkohol.

**IOGT Schweiz, gegründet 1894, strebt ein reicheres, freieres und lohnenderes Leben für alle Menschen an. IOGT fördert einen Lebensstil frei von Alkohol und anderen Drogen. Die Arbeit gründet auf den Prinzipien der weltweiten Solidarität und der grundlegenden Menschen- und Demokratierechte.**



### **Im Nachsorgeprojekt treffen sich die geleiteten Selbsthilfe-Gesprächsgruppen Woche für Woche:**

#### **Basel**

Metzerstrasse 16, jeweils Dienstag  
Leitung: Herr Bruno Jagher

#### **Zürich**

Dienstag: Leitung Frau Rebecca Schaffner  
Mittwoch: Leitung Frau Priska Hauser  
Donnerstag: Leitung Frau Vero Götz

## Onlineberatung kopfhoch.ch

Die Belastung von Kindern und Jugendlichen ist hoch, die Therapieplätze sind rar. Deshalb ist wichtig, dass innerhalb 48 Stunden eine Antwort auf ein Anliegen gegeben werden kann.



Eine typische Anfrage bei kopfhoch.ch:  
Mein Problem ist, dass ich mich von niemanden ernst genommen und wirklich geliebt fühle. Mein Vater war schon immer derjenige, dem ich mich am ehesten anvertrauen würde, aber seit ungefähr einem Jahr starrt er immer nur in sein Handy und ich fühle mich, als würde ich nicht mehr an ihn herankommen. Auch in der Schule läuft es nicht sonderlich gut.

## Antwort der Onlineberaterin

Jetzt wirst du erwachsener und musst neu lernen für dich einzustehen. Du darfst dein Glück nicht davon abhängig machen, was andere von dir denken könnten und ob sie erahnen, dass es dir schlecht geht. Nimm es selber in die Hand. Sag deinem Vater, er soll doch bitte schnell das Handy weglegen, du wolltest beim Essen etwas besprechen. Oder unternimm etwas mit ihm, das dir Spass macht.

Gleichzeitig solltest du aktiv werden. Sachte, aber trotzdem täglich solltest du die Dinge tun, von denen du weisst, dass sie dir früher ein gutes Gefühl gaben. Und sprich mit Menschen, die du magst, darüber, wie es dir geht.

Menschen sehen das oft nicht oder sind überfordert. Du musst selber aktiv werden und auf sie zu gehen. Und du musst dir selber Gutes tun. Als wärst du deine beste Freundin, die dich aufzupäppeln versucht.

**Das Präventionsprojekt [www.kopfhoch.ch](http://www.kopfhoch.ch) (seit 2007) unterstützt Kinder und Jugendliche mit professioneller Onlineberatung für eine gesunde Entwicklung.**

**Komm, wir trinken noch keins**

**MIGROS** OHNE ALKOHOL

Alkohol ist kein gewöhnliches Lebensmittel.  
Alkoholfreie Läden sind aktive Prävention.  
Nein stimmen!

Der grösste Erfolg für uns Abstinente war das Resultat der Migros-Abstimmung. Sämtliche Regionen lehnten den Alkoholverkauf deutlich (71 %) ab. Läden ohne Alkohol sind für Menschen mit Alkoholproblemen eine echte Hilfe, den Ausstieg aus der Abhängigkeit zu schaffen.

Gleichzeitig sind Einkaufsmöglichkeiten ohne Alkohol ein Zeichen für alle Nicht-Trinkenden, dass ein alkoholfreies Leben ganz normal sein kann.

Der **Stutz** in Therwil ist der ideale Ort für Feste mit einfacher Infrastruktur (ohne Strom). Hier ist alkoholfreie Freizeit weiterhin erlebbar. Vermietung: <http://jura-huetten.populus.org>

**Zur Förderung des IOGT-Lebensstils gehören Freizeitmöglichkeiten und Orte ohne Alkohol und Drogen.**

Impressum

IOGT Schweiz

Schaffhauserstrasse 432, 8050 Zürich / [www.iogt.ch](http://www.iogt.ch)

Tel. 044 300 30 45 / mail: [info@iogt.ch](mailto:info@iogt.ch)

Geschäftsführer: Oliver Meyer

Bildnachweis: Seite 3: Pixabay, Seite 4: Frank Lindemann

Seite 5: Dres. Pamela + Jürg Alean,

4



## Abschied vom Ferienhaus Près d'Orvin

Die Mitglieder der IOGT-Logen «Einigkeit» (Biel) und «Petineska» (Brügg) sowie der Bieler Jungmannschaftsloge «Wacht am Jura» erstellen in Fronarbeit das Berghaus.



Ab 1938 wurde es genutzt, gepflegt und gehegt. In den letzten 34 Jahren amtierte Marie Kron-Pauli als Hausverwalterin. Umsichtig wurde der Verkauf an eine ortsansässige Familie vorbereitet, nachdem die Verwaltung und Instandhaltung nicht mehr ehrenamtlich geleistet werden konnte. Es bleiben prägende Erinnerungen an diesen alkoholfreien Treffpunkt.

Adieu  
Merci



## Entwicklungszusammenarbeit mit Guinea-Bissau

Bildung und Gesundheit sind zentrale Faktoren, damit Menschen in einem der ärmsten Länder der Welt ein selbstständiges Leben aufbauen können. Von der 1. bis zur 10. Klasse besuchen 455 Kinder die Schule in Bissau. 28 Kinder dürfen in den Kindergärten, wo sie die offizielle Sprache Portugiesisch kennenlernen.



In Bantjan können 247 Kinder die 1.-6. Klasse besuchen und 30 Kleine freuen sich auf den Kindergarten-Unterricht. Die Familien im Bauerndorf sind so arm, dass die Kinder in der Schule einen Brei vom Welternährungsprogramm erhalten. Wichtig ist der Brunnen vor der Schule, dessen Pumpe wieder geflickt werden muss.



In Safim werden 272 Kinder in der 1.-6. Klasse unterrichtet. 26 Kleine lieben ihre Kindergärtnerin. Die Eltern wünschen sich ein zweites Schulgebäude für weitere Klassen.



Holz ist eine natürliche Ressource in Guinea-Bissau. Allerdings holten sich die Chinesen soviel davon, dass die Regierung einschreiten musste. Nun ist es wieder erhältlich, aber viel teurer. Das spüren wir bei neuen Schulbänken und auch in der Lehrwerkstätte der Schreinerei in Bafatà.

Für die Bevölkerung sind die Preise auch wegen des Ukraine-Krieges und den höheren Transportkosten für alles massiv gestiegen.

<b>Bilanz CHF</b>	<b>31.12.2022</b>	31.12.2021
<b>Aktiven Umlaufvermögen</b>		
Umlaufvermögen		
Postfinance	70'241.03	95'897.73
ZKB Bankkonti	24'415.54	8'330.59
Kurzfristige Forderungen	2'548.40	8'444.18
Aktive Rechnungsabgrenzung	5'023.00	0.00
<b>Total Umlaufvermögen</b>	<b>102'227.97</b>	<b>112'672.50</b>
Anlagevermögen:		
Anlagefonds ZKB	294'954.00	342'594.00
Anteilschein Ferienhaus	1'000.00	1'000.00
<b>Total Aktiven</b>	<b>398'181.97</b>	<b>456'266.50</b>

#### Unsere Sponsoren und Gönner/innen

Neben grosszügigen Spenden von Privaten, deren Namen wir nicht veröffentlichen, haben uns in diesem Jahr zusätzlich zu den ausgewiesenen Beiträgen der Kantone unterstützt:

The Charities Aid Foundation (State Street Bank) Fr. 523.12

Für die Entwicklungszusammenarbeit mit Guinea-Bissau:

Kantonsschule Zürcher Unterland, Bülach Fr. 1'000.-

<b>Bilanz CHF</b>	<b>31.12.2022</b>	31.12.2021
<b>Passiven</b>		
kurzfristige Verbindlichkeiten	17'448.86	13'076.74
Passive Rechnungsabgrenzung	90'000.00	90'000.00
<b>Kurzfristige Verbindlichkeiten</b>	<b>107'448.86</b>	<b>103'076.74</b>
Zweckgebundene Fonds:		
Regionalverband I, Lausanne	14'499.31	14'689.31
Gruppe Fortschritt / Zürich 11	469.25	469.25
Fonds Kinder aus suchtbel. Familien	250.00	250.00
Kantonsschule Bülach Entw.zs.	29'700.00	28'700.00
Fonds Entwicklungszs.-arbeit	80'617.81	79'637.82
<b>Total Zweckgebundene Fonds</b>	<b>127'464.10</b>	<b>125'431.04</b>
<b>Gebundenes Kapital</b>	<b>86'511.99</b>	<b>109'511.99</b>
<b>Freies Kapital</b>	<b>76'757.02</b>	<b>118'246.73</b>
<b>Total Organisationskapital</b>	<b>163'269.01</b>	<b>227'758.72</b>
<b>Total Passiven</b>	<b>398'181.97</b>	<b>456'266.50</b>

## Betriebsrechnung

Ertrag	<b>2022</b>	2021	Aufwand	<b>2022</b>	2021
Spenden für Projekte	1'965.00	3'934.44	Projektaufwand Landesverband	7'365.23	7'981.17
Spenden Nachsorge	217.50	0.00	Projektaufwand Nachsorge	104'380.21	115'032.10
Spenden Entwicklungszsarbeit	20'660.42	18'189.56	Projektaufwand Entwicklungszusammenarbeit	18'636.43	14'486.60
Beiträge der öffentlicher Hand	91'875.00	101'875.00	Aufwand für Mittelbeschaffung	3'313.39	2'923.25
<b>Total Spenden mit Zweckbestim.</b>	<b>114'717.92</b>	<b>123'999.00</b>	Admin. Aufwand Landesverband	9'874.66	9'859.04
Spenden, Spesenverzicht Vorstand	5'655.55	5'830.00	Admin. Aufwand Nachsorge	4'287.35	4'273.80
Erlös aus Lieferungen und Leistungen	8'965.00	5'328.00	Admin. Aufwand Entwicklungszusammenarbeit	44.00	32.20
Mitgliederbeiträge	3'475.00	3'870.00	<b>Total Aufwand</b>	<b>147'901.27</b>	<b>154'588.16</b>
<b>Total Erträge ohne Zweckbestimmung</b>	<b>18'095.55</b>	<b>15'028.00</b>	BETRIEBSERGEBNIS	-15'087.80	-15'561.16
Total Erträge	132'813.47	139'027.00	Finanzergebnis	-47'368.85	10'479.75
			Betriebsfremdes Ergebnis	0	0
			Ausserordentliches Ergebnis	0	0
			<b>Ergebnis vor Veränderung des Fondskapitals</b>	<b>-62'456.65</b>	<b>-5'081.41</b>
			Veränderungen Fondskapitals	-2'033.06	5'215.42
			<b>Jahresergebnis</b>	<b>-64'489.71</b>	<b>134.01</b>
			Veränderung Organisationskapital	-64'489.71	-134.01
			Jahresergebnis nach Entnahmen	0	0

Die vollständige Jahresrechnung mit Revisionsbericht kann auf <https://www.iogt.ch/taetigkeitsbericht> eingesehen werden.

